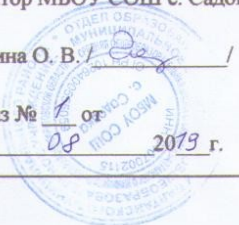


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение – средняя  
общеобразовательная школа с. Садовка Балтайского муниципального района  
Саратовской области**

<b>«Рассмотрено»</b>	<b>«Согласовано»</b>	<b>«Утверждаю»</b>
Руководитель МО: <i>Полташев</i>	Заместитель директора по УВР МБОУ СОШ с. Садовка: Степанова В.Е. <i>Степанова</i>	Директор МБОУ СОШ с. Садовка: Чашкина О.В. <i>Чашкина</i>
Протокол № <u>1</u> от <u>«30»</u> <u>08</u> <u>2019</u> г.	<u>«30»</u> <u>08</u> <u>2019</u> г.	Приказ № <u>1</u> от <u>«30»</u> <u>08</u> <u>2019</u> г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по основам безопасности жизнедеятельности в 5 классе  
ДУДНИКОВА ВЯЧЕСЛАВА ИВАНОВИЧА**

Рассмотрено на заседании

педагогического совета

протокол № 1 от  
«30» 08 2019 г.

2019 – 2020 учебный год

## 1. Пояснительная записка

Даная рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования (приказ Минобрнауки РФ № 1897 от «17» декабря 2010 г.)

- Концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России (А.Я Данилюк, А.М. Кондаков, В.А. Тишков «Концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России». - М.: Просвещение, 2011);

- Примерной основной образовательной программы образовательного учреждения (Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа - М.: Дрофа, 2015);

- Примерной программы основного общего образования по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Проект - М.: Просвещение, 2010 г. (Стандарты второго поколения);

- Примерной рабочей программы Миронов С.К. Латчук В.Н «Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 класс». - Дрофа:2013г.

В.В Поляков, М.И Кузнецов «Основы безопасности жизнедеятельности»5кл. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.Дрофа .2012г.

Рабочая программа по ОБЖ для 5-х классов разработана на основе **«РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ К ПРЕДМЕТНОЙ ЛИНИИ УЧЕБНИКОВ В. Н. Латчука, В. В. Маркова, М. И. Кузнецова и др. для 5-9 классов»**, в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897, примерной программой, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения» и основной образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ с. Садовка на 2019 – 2020 годы.

### Описание места учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности 5-11кл» В.Н. Латчук (руководитель), С.К. Миронов, С.Н. Вангородский.М.,Дрофа 2013г. и в соответствии с федеральным Государственного стандартом образования.Программа рассчитана на 35 часов из расчета 1 час в неделю, из которых 2 часа отводится на контрольные работы и 2 часа на практические работы.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Программа разработана с учетом комплексного подхода к формированию у учащихся современного уровня культуры безопасности и позволяет:

- последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса ОБЖ;
- эффективно использовать межпредметные связи;
- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения;

- повышать эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности с учетом возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным дисциплинам, а также с учетом особенностей обстановки в регионе в области безопасности при разработке региональных учебных программ.

## **Общая характеристика учебного предмета**

Изучение данного курса предполагает получение учащимися углубленных знаний по безопасности, которая определяет решающую роль человека в выработке способностей и умения сохранить здоровье и жизнь в условиях различного рода экстремальных ситуаций природного, техногенного, экологического и социального характера. Более детальное рассмотрение вопросов безопасности в жизни и быту позволит обобщить накопленный, в том числе и на уроках ОБЖ, материал на основе анализа конкретных ситуаций, что значительно активизирует учебно-воспитательный процесс, станет побудительным фактором к творческому подходу в поиске правильных решений по выходу из чрезвычайных ситуаций.

### **Цели обучения:**

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- психологическая подготовка в области предупреждения чрезвычайных ситуаций в жизни и быту;
- умения правильно действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций различного характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

### **При изучении курса решаются следующие задачи:**

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
- развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

## 2. Планируемые результаты изучения предмета

### Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;

- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

#### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

#### **Требования к уровню подготовки учащихся.**

**Выпускник научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;

- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;

- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

*безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;*  
*классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;*  
*готовиться к туристическим поездкам;*  
*адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;*  
*анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;*  
*анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;*  
*безопасно вести и применять права покупателя;*  
*анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;*  
*предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;*  
*характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;*  
*классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;*  
*владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;*  
*классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;*  
*оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;*  
*оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;*  
*оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;*  
*оказывать первую помощь при коме;*  
*оказывать первую помощь при поражении электрическим током;*  
*использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;*  
*усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;*  
*исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;*  
*творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.*

### **3. Содержание учебного предмета**

#### **Раздел I. Основы безопасности личности, общества и государства (27 ч)**

##### **Глава 1. Личная безопасность в повседневной жизни (11 ч)**



### **Особенности города как среды обитания человека.**

Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в опасных ситуациях.

### **Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).**

Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

### **Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).**

Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

### **Пожар. Опасные факторы пожара, их воздействие на людей.**

Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

### **Затопление квартиры.**

Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

### **Электричество.**

Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

### **Опасные вещества и продукты питания.**

Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

### **Взрыв и обрушение дома.**

Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

### **Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).**

Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

### **Опасность толпы.**

Чем опасны толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

### **Собака бывает кусачей.**

Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

## **Глава 2. Безопасность на дорогах и на транспорте (6 ч)**

### **Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.**

Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.

#### **Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.**

Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.

#### **Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.**

Особенности видов городского общественного транспорта и характеристика основных типов аварийных ситуаций на них. Правила безопасного поведения в автобусе (в случае аварии), троллейбусе и трамвае (при нахождении под током). Зоны опасности в метрополитене, их характеристика. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (остановке в туннеле, падении на пути и т. п.). Правила безопасного поведения пассажира автомобиля во время поездки, при неизбежном столкновении.

#### **Железнодорожный транспорт.**

Характеристика железнодорожного транспорта. Опасные зоны железнодорожного транспорта. Правила поведения на железнодорожном транспорте (во время ожидания и движения поезда). Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде.

#### **Авиационный транспорт.**

Характеристика авиационного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

#### **Морской и речной транспорт.**

Характеристика водного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила эвакуации с судна. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Правила посадки на спасательное средство (шлюпку, надувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

## **Глава 3. Опасные ситуации социального характера (5 ч)**

### **Психологические основы самозащиты.**

Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

#### **Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.**

Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

#### **Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.**

Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и

т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

#### **Как избежать опасных домогательств.**

Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

#### **Правила поведения при захвате в заложники.**

Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

### **Глава 4. Загрязнение среды обитания (3 ч)**

#### **Загрязнение воды.**

Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

#### **Загрязнение воздуха.**

Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

#### **Загрязнение почвы.**

Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

### **Глава 5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (1 ч)**

#### **Фильтрующие противогазы.**

Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение.

#### **Пользование противогазом.**

Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

### **Раздел II. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (8 ч)**

### **Глава 6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3ч)**

#### **Виды ранений, их причины и первая помощь.**

Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

#### **Общая характеристика кровотечений.**

Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

#### **Первая помощь при кровотечении.**

Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

## **Глава 7. Основы здорового образа жизни (5 ч)**

### **Движение и здоровье.**

Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

### **Нарушения осанки и причины их возникновения.**

Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

### **Телевизор и компьютер — друзья или враги?**

Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

### **Развитие и изменение организма в вашем возрасте.**

Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

### **Физическое и нравственное взросление человека.**

Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления.

#### 4. Календарно-тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
<b>Раздел I. Основы безопасности личности, общества и государства (27 ч.)</b>				
<b>Глава 1. Личная безопасность в повседневной жизни (11 ч.)</b>				
1	Особенности города как среды обитания человека.	1		
2	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1		
3	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	1		
4	Опасные факторы и причины пожаров.	1		
5	Правила поведения во время пожара.	1		
6	Средства пожаротушения (внутренний пожарный кран, огнетушители).	1		
7	Затопление квартиры.	1		
8	Электричество.	1		
9	Опасные вещества и продукты питания.	1		
10	Взрыв и обрушение дома.	1		
11	Безопасность в нестандартных ситуациях.	1		
<b>Глава 2. Безопасность на дорогах и на транспорте (7 ч.)</b>				
12	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.			
13	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.			
14	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.			
15	Железнодорожный транспорт.			
16	Авиационный транспорт.			
17	Морской и речной транспорт.			
<b>Глава 3. Опасные ситуации социального характера (5 ч.)</b>				
18	Психологические основы самозащиты.	1		
19	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	1		
20	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1		
21	Как избежать опасных домогательств.	1		
22	Правила поведения при захвате в заложники.	1		

<b>Глава 4. Загрязнение среды обитания (3 ч.)</b>				
23	Загрязнение воды.	1		
24	Загрязнение воздуха.	1		
25	Загрязнение почвы.	1		
<b>Глава 5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 ч.)</b>				
26	Фильтрующие противогазы.	1		
27	Пользование противогазом.	1		
<b>Раздел II. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (8 ч.)</b>				
<b>Глава 6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч.)</b>				
28	Виды ранений, их причины и первая помощь.	1		
29	Общая характеристика кровотечений.	1		
30	Первая помощь при кровотечении.	1		
<b>Глава 7. Основы здорового образа жизни (5 ч.)</b>				
31	Движение и здоровье.	1		
32	Нарушение осанки и причины их возникновения.	1		
33	Телевизор и компьютер - друзья или враги?	1		
34	Развитие и изменения в вашем возрасте.	1		
35	Физическое и нравственное взросление человека	1		
	<b>Всего</b>	<b>35 ч.</b>		

## 5. Перечень учебно-методического обеспечения

1. Поляков В. В., Кузнецов М. И., Марков В. В. Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 кл.: учебник. — М.: Дрофа.
2. Латчук В. Н. Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа.
3. Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: тетрадь для оценки качества знаний. — М.: Дрофа.
4. Латчук В. Н., Миронов С. К., Бурдакова Т. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: рабочая тетрадь ученика. — М.: Дрофа.
5. Латчук В. Н., Миронов С. К., Вангородский С. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы: программы. — М.: Дрофа.
6. Евлахов В. М. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы: тематическое планирование. — М.: Дрофа.
7. Фролов М. П. Безопасное поведение на дорогах. 5—10 классы: программы дополнительного образования. — М.: Дрофа.
8. Дурнев Р. А., Смирнов А. Т. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5—11 классы: методическое пособие — М.: Дрофа.
9. Евлахов В. М. Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
10. Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
11. Михайлов А. А. Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5—9 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.
12. Ключев А.В. Основы безопасности жизнедеятельности. Тесты, практические задания, олимпиады. 8 – 9 классы: учебное пособие. – Ростов н/Д: Легион.
13. Хренников Б.О., Дурнев Р.А., Маслов М.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 – 11 классы: сборник ситуативных задач. - М.: Просвещение.
14. Справочные пособия
15. Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К. Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы. — М.: Дрофа.

### Образовательные электронные ресурсы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт - <http://standart.edu.ru/>
1. Федеральный портал «Российское образование». - <http://www.edu.ru/>
2. Российский общеобразовательный портал. - <http://www.school.edu.ru>
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов. - <http://school-collection.edu.ru>
4. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов. - <http://fcior.edu.ru/>